

**Η διδασκαλία
των παραδοσιακών χωρών
σύμφωνα με το Δ.Ε.Π.Π.Σ. και Α.Π.Σ.
της Φυσικής Αγωγής**

Δρ. Απόστολος Ντάνης
Σχολικός Σύμβουλος Φ.Α.



Οι Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί στο Αναλυτικό Πρόγραμμα Σπουδών της Φυσικής Αγωγής

- Οι παραδοσιακοί χοροί είναι θεματική ενότητα της Φυσικής Αγωγής σε όλες τις τάξεις του Δημοτικού σχολείου και του Γυμνασίου.
- Μπορεί να είναι αντικείμενο επιλογής στις τάξεις του ΓΕΛ και του ΕΠΑΛ.

Στόχοι της διδασκαλίας των παραδοσιακών χορών

- Να καλλιεργηθούν οι ιδιαίτερες κινητικές δεξιότητες των παραδοσιακών χορών.
- Να αποκτηθούν γνώσεις που σχετίζονται με τον παραδοσιακό χορό, τη μουσική και το τραγούδι, σε τοπικό και εθνικό επίπεδο.
- Να καλλιεργηθούν στοιχεία της ελληνικής λαϊκής παράδοσης και πολιτισμικής μας κληρονομιάς.
- Να εκτιμηθούν και να καλλιεργηθούν τα αισθητικά στοιχεία της κίνησης, ο ρυθμός, η μουσική και το τραγούδι.

Εκμάθηση κινητικών δεξιοτήτων



Γνώσεις που σχετίζονται ...





Στοιχεία λαϊκής παράδοσης και πολιτισμικής κληρονομιάς



Αισθητική, ρυθμός, μουσική, τραγούδι



Ενδεικτικές θεμελιώδεις έννοιες διαθεματικής προσέγγισης

- Παράδοση
- Πολιτισμός
- Τέχνη
- Άτομο – σύνολο
- Επικοινωνία
- Αλληλεπίδραση
- Συνεργασία
- Συλλογικότητα

Ολιστική – διαθεματική διδασκαλία των παραδοσιακών χωρών

- Κινητικά στοιχεία – ρυθμός – μουσική – τραγούδι.
- Γνωστικά στοιχεία της λαϊκής παράδοσης, της κοινωνικής και πολιτισμικής δραστηριότητας.
- Κινητική/συναισθηματική έκφραση, αρμονία, συμμετρία και αισθητική της κίνησης.
- Αναπαράσταση/αναβίωση εθίμων, σχολική παράσταση/εκδήλωση, πολιτιστική δράση.
- Καλλιτεχνικοί αγώνες.

Ενδεικτικά σχέδια εργασίας στους παραδοσιακούς χορούς

- Μελέτη/παρουσίαση τοπικών παραδοσιακών χορών.
- Τοπικά ή εθνικά λαογραφικά χαρακτηριστικά παραδοσιακών χορών.
- Σχολική εκδήλωση/παράσταση με παραδοσιακούς χορούς.

Σύνθεση στόχων στη διδασκαλία των παραδοσιακών χορών

- Εκμάθηση των κινητικών δεξιοτήτων των χορών
- Καλλιέργεια του ρυθμού, της αισθητικής και της έκφρασης – συναισθηματικές δεξιότητες
- Γνωστικά στοιχεία της παράδοσης, της προέλευσης, της μουσικής και των πολιτιστικών στοιχείων των χορών
- Κοινωνικές δεξιότητες και πολιτιστικές αξίες μέσω των χορών (επικοινωνία, κοινωνικότητα, αλληλεπίδραση, πολιτισμός, τέχνη, κλπ)
- Δημιουργία θετικής στάσης και συμπεριφοράς για τους παραδοσιακούς χορούς

Περιεχόμενο παραδοσιακών χορών σύμφωνα με το Α.Π.Σ.

■ Α & Β τάξη δημοτικού

- Συρτός στα τρία
- Γρήγορο χασάπικο
- Αι-Γιώργης
- Τοπικοί χοροί

■ Γ & Δ τάξη δημοτικού

- Καραγκούνα
- Παλαμάκια
- Ποδαράκι
- Συρτός-νησιώτικος
- Τσακώνικος
- Τοπικοί χοροί

■ Ε & ΣΤ τάξη δημοτικού

- Καλαματιανός
- Τικ
- Τσάμικος
- Έντεκα
- Πεντοζάλη
- Ζωναράδικος
- Τοπικοί χοροί

Περιεχόμενο παραδοσιακών χορών στο γυμνάσιο

■ Α τάξη

- Μακεράρικος (γρήγορος χασάπικος)
- Συρτός-καλαματιανός
- Ένας τοπικός χορός

■ Β τάξη


- Επανάληψη χορών Α τάξης
- Σαμαρίνας
- Τσάμικος
- Τοπικοί χοροί

■ Γ τάξη

- Πεντοζάλης
- Τικ μονό
- Επανάληψη χορών προηγούμενων τάξεων

Μουσικά CD για το γυμνάσιο

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ



**Φυσική αγωγή
γυμνάσιο**

1. Μαζεμένος οργανικό Γρήγορος Χασάπικος (Λέσβου)/Νίκος Οικονομίδης/VERSO, 2' 26"
2. Ρομπινιάλι Γρήγορο Χασάπικος (Βιθυνίας & Προπον.)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3' 07"
3. Παϊδιά της Σμαρρίνας Συρτός στα 3 (Ηπειρ. & Δ. Μακ.)/Λάμπρος Χαλκιάς/ΔΥΚΕΙΟ ΠΕΝΤΕΛΛΗΝΙΩΝ, 3' 46"
4. Μαιρη κονταύλα Λεμονιά Συρτός στα 3 (Ηπειρος)/ΙΕΜΑ, 3' 46"
5. Αστρα μη με μαλώνετε Σιγανός (Κρήτη)/Μ. Λιδάκης/SONY, 4' 21"
6. Κυρηνηκούνα (Θεσσαλία)/Β. Καρφής-Μ. Ζιάκα από το CD του βιβλίου/Εκδ. Βιβλιοδιάλογος, 2' 23"
7. Σβαρνιάρι οργανικό (Θεσσαλία)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3' 47"
8. Η Τριγόνα Συρτός στα 2 ή Πιλογονίσκος (Ηπειρος)/Δόμνα Σαμίου/LYRA, 3' 50"
9. Γιάννη μου τα Μαντήλι σου Συρτός στα 2 ή στα 3 (Ηπειρος)/ΙΕΜΑ, 4' 38"
10. Μακρινίτου οργανικό (Νάουσα Ημαθίας)/ΔΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2' 56"
11. Μαντήλι Καλαματιανό Συρτός Καλαματιανός (Πελοπόννησος & Ροδόμηλη)/Έφη Γεωργακοπούλου/ΜΒΙ, 3' 27"
12. Τι έλας Ρήνα κι αρροσταίνεις Συρτός Καλαματιανός/ΜΒΙ, 2' 39"
13. Να Χαιμελιώνη τα βουνά Συρτός Καλαματιανός (Πελοπόννησος)/Σ. Δαλιάνη/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 4' 11"
14. Μαύρα μάτια με πλάνεψαν Συρτός Καλαματιανός (Πελοπόννησος)/Σ. Δαλιάνη/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 4' 14"
15. Πουλάνα ν' εκαλάθηγα Συρτό/Ν. Δαλιάνη/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 3' 07"
16. Χαλιώνικα θα γενώ Τσάμικο στεταριανό/Β. Σερμπέλης/Διαχρονία/Βαζζόκης, 4' 43"
17. Στ' Αναπαισώ το Παλαμίδι Τσάμικος (Πελοπόννησος)/ΜΒΙ, 3' 27"
18. Ένας Αητός Τσάμικο (Ροδόμηλη)/Π. Αθανασίου/MINERVA-LYRA, 3' 01"

Audio
CD1

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ




**Φυσική αγωγή
γυμνάσιο**

1. Μήλα μου κόκκινο Συρτός επτάσημος (Μακεδονία)/ΙΕΜΑ, 2' 23"
2. Αραβιαστέπει στο χορό Ζωναράδικος (Δ. Θράκη)/Β. Δημούδης-Μ. Γρηγορίδου, 3' 43"
3. Ντουλγέρι Ντουλγκεράκι Ζωναράδικος (Δ. Θράκη)/Β. Δημούδης-Μ. Γρηγορίδου/ΕΛ.ΚΕ.ΛΑ.Μ., 5' 14"
4. Ζωναράδικος (Ανατολικής Ρωμυλίας)/ΔΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 3' 28"
5. Αη Βασιλιάτικος ή Έντεκα ή Σκόρπιος (Κοζάνη)/Σ.Φ.Φ. Σιάπτας/Κοσμάς Αιτωλός, 4' 10"
6. Τις' (μονόν) (Τραπεζούντα Πόντου)/Ανέβζηλος αροθυμία/ΟΠΣΕΝΕ, 3' 05"
7. Τις' (διπλάν) (Τραπεζούντα Πόντου)/Ανέβζηλος αροθυμία/ΟΠΣΕΝΕ, 2' 48"
8. Λιπάτ' (Ομάλ' Τραπεζούντας) οργανικό (Πόντος)/Ανέβζηλος αροθυμία/ΟΠΣΕΝΕ, 2' 52"
9. Να μ' αγαπά, δε μ' αγαπά Σούστα Κρήτης/Δόρα Στράτου, 2' 07"
10. Πεντοζάλη οργανικό (Κρήτη)/Δόρα Στράτου, 2' 45"
11. Χανιώτικα Σορτά (Κρήτη)/Δόρα Στράτου, 3' 33"
12. Συρτός Χανιώτης (Κρήτη)/Δόρα Στράτου, 2' 57"
13. Θωρείς με πως δε σου μιλά Μαλεβιζώτης ή πηδηχτός (κεντρική Κρήτη)/Δόρα Στράτου, 2' 57"
14. Φυσούνι (Ηπειρος)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3' 03"
15. Μπεράτι (Ηπειρος)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3' 05"
16. Σκαρος (Ηπειρος)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3' 35"
17. Μυριαλάτι (Ηπειρος)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 4' 16"

Audio
CD2

Μουσικά CD για το γυμνάσιο

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ



Φυσική αγωγή
γυμνάσιο

1. Αγέριμος (Πάρος)/Μαρίζα Κωχ/VERSO, 2'.49"
2. Βλάχα (Νάξου)/Μαρίζα Κωχ/VERSO, 3'.06"
3. Τούτες οι μέρες το' χουντε (Νάξος)/Δόμνα Σαμίου/ΙΕΜΑ, 3'.01"
4. Θαλασσάκι Καλαματιανός (Δωδεκάνησα)/Μαρίζα Κωχ/VERSO, 4'.04"
5. Ο μηχανικός (Κάλυμνος)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 3'.10"
6. Ντιρλαντά Καλύμνικο τσιμάρισμα/ΙΕΜΑ, 3'.06"
7. Πλατανιώτικα νερά Συρτός Σάμιου/Νίκος Οικονομίδης/VERSO, 3'.01"
8. Ικαριώτικος παλαιός (Ικαρία)/Νίκος Οικονομίδης/VERSO, 4'.03"
9. Πάτημα (Λήμιος)/Νίκος Οικονομίδης/VERSO, 3'.22"
10. Μπουρδάρης (Κύθηρα)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3'.40"
11. Διβρατάκος (Κεφαλονιά)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3'.11"
12. Σ' αγαπώ γιατί είσαι ωραία (της αγάπης το βοτάνι)/Γιώργος Χατζηχρόνογλου, 5'.23"
13. Αμανέζ/Γιώργος Χατζηχρόνογλου, 5'.20"
14. Σόρε να πες στη μάνα σου- Μπινταγιάλα Καρσιλαμιάς (Μικρά Ασία)/Γιώργος Χατζηχρόνογλου, 5'.57"
15. Αλατσατιανή Καρσιλαμιάς (Ερυθραίος Μικρά Ασία)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3'.22"
16. Απτάλικο ζεϊμπέκικο (Μικρά Ασία)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2'.46"
17. Αζίζιες Συρτός ανδρών (Κύπρος)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2'.50"
18. Η στάμνα Ζεϊμπέκικο (Κύπρος)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2'.09"
19. Ζαλιστός Πατινάδα (Νάουσα Ημαθίας)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 4'.03"
20. Νιζάμικος (Νάουσα Ημαθίας)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 1'.47"
21. Παπαδιά (Νάουσα Ημαθίας)/ΛΥΚΕΙΟ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2'.59"

Audio
CD3

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ



Φυσική αγωγή
γυμνάσιο

1. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΥΜΝΟΣ/ΙΕΜΑ, 2'.53"
2. THE OLYMPIC GAMES/Μίκης Θεοδωράκης canto ολυμπικό/ΛΥΡΑ, 7'.57"
3. ZORBAS DANCE/Μίκης Theodorakis at the movies/SONY BMG, 4'.12"
4. THEME FROM ZORBA THE GREEK/ΜίκηςTheodorakis at the movies/SONY BMG, 1'.11"
5. SIRTOS CHANIOTIKOS THE FIRE/ΜίκηςTheodorakis at the movies/SONY BMG, 1'.44"
6. ONE MORE TIME/ΜίκηςTheodorakis at the movies/SONY BMG, 3'.10"
7. THE FLING/ΜίκηςTheodorakis at the movies/SONY BMG, 2'.58"
8. ΘΗΛΛΑΣΣΑ/Σταμάτης Σπανουδάκης/SONY MUSIC, 6'.28"
9. ΠΟΤΕ ΘΑ ΚΑΝΕΙ ΞΑΣΤΕΡΙΑ (Κρήτη)/ΙΕΜΑ, 3'.02"
10. Ο ΜΑΘΗΤΗΣ/(Γ. Ζαμπέτας-Χ. Βασιλειάδης)/ΙΕΜΑ, 2'.32"
11. ΜΗΛΛΟΣ ΚΥΚΛΑΔΩΝ/VERSO, 3'.38"
12. SUMMER/Σταμάτης Σπανουδάκης/SONY MUSIC, 2'.48"

Audio
CD4

Μουσικά CD για το δημοτικό

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ



**Φυσική αγωγή
δημοτικό**

1. Ρομπιτσάκι Γρηγόριος Χασάπκος (Προκοπίδα)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3'07"
2. Παιδιά της Σαμαρίνας Συρτός στα 3 (Ηε.-δ. Μακεδ.) Λάμπρος Χαλκιάς/ΛΥΚΒΙΟΝ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 3'46"
3. Μισρή κοντοούλα Λεμονιά Συρτός στα 3 (Ηπειρος)/ΙΕΜΑ, 3'14"
4. Άστρα μη με μαλώνετε Σιγανός (Κρήτη) Μανώλης Λιδάκης/SONY, 4'21"
5. Αη-Γιάννης οργανικό (Κέρκυρα)/Ε.Κ.Α.Ο.Κ. "Ο ΛΑΟΔΑΜΑΣ", 2'29"
6. Τα Κοϊκιά Αποκριάς (Κέδρος Καρδίτσας)/music production protasis, 3'49"
7. Ειρήνη σου 'σουν το πουμενί (Τήλος)/ΛΥΡΑ, 2'23"
8. Καραγκούνα (Θεσσαλία)/Β. Καρφής-Μ. Ζιάκα από το CD του βιβλίου/Εκδ. Βιβλιοδιάλογος, 2'23"
9. Σβαρνιέρα οργανικό Καραγκούνα Θεσσαλίας/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 3'47"
10. Η Τριγόνα Συρτός στα δύο ή Παγωνίσκος (Ηπειρος)/Λόμνα Σαμίση/ΛΥΡΑ, 3'50"
11. Γιάννη μου το μαντήλι σου Συρτός στα 2 ή στα 3 (Ηπειρος)/ΙΕΜΑ, 4'38"
12. Βασιλιάς θα γίνω στο παραθύρι σου Παγωνίσκος ή Συρτός στα 2 (Ηπειρος)/Π. Αθανασίου/ΜΒΙ, 2'46"
13. Παλαμιάκι (Ηπειρος)/Πέτρο Λούκας Χαλκιάς/ΜΒΙ, 1'42"
14. Ποδαράκι ή Ζερβόδεξος (Β. Θράκη-Ανατ. Ρομιλία)/Β. Καρφής-Μ. Ζιάκα/Εκδ. Βιβλιοδιάλογος, 1'34"
15. Μες στου Αιγίου τα νησιά Συρτός Νησιώτικος (Δωδεκάνησα)/ΜΒΙ, 3'17"
16. Σου πα μάνα πάντρεψε με Τσακόνικος (Κυνουρία)/ΙΕΜΑ, 2'26"
17. Πως το τρέβου το πιέρι Αποκριάς/music production protasis, 5'19"
18. Το Γαϊτανάκι Αποκριάς/music production protasis, 2'50"
19. Αραβιαστιάτε στο χορό Ζωνναράδικος (Δ. Θράκη)/Β. Δημοσδής-Μ. Γρηγορίδου/Βάχνης & Μ.Π., 3'43"
20. Ντουλγκέρι Ντουλγκεράκι Ζωνναράδικος (Δ. Θράκη)/Β. Δημοσδής-Μ. Γρηγορίδου/ΕΑΚΕΛΛΑΜ, 5'14"
21. Ζαγορίσιος Γόρσιμα οργανικό (Ηπειρος)/GENERAL MUSIC, 2'36"
22. Κωνσταντίνης Ζαγορίσιος (Ηπειρος)/GENERAL MUSIC, 4'12"



Audio
CD1

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ



**Φυσική αγωγή
δημοτικό**

1. Ο Αριστέλης Καγκέλι (Ρομιλία)/Γιάννος Καυάλης/LEGEND, 3'31"
2. Να χαμηλώσαν τα βουνά Συρτός Καλαματιανός (Πελοπόννησος)/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 4'13"
3. Μισήρα μάτια με πλανήψαν Συρτός Καλαματιανός/Σταυρούλα Δαλιάνη/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 4'16"
4. Πουλιάν' εκλεάηδαγε Συρτό/Νικόλας Δαλιάνης/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 3'07"
5. Μήλε μου κόκκινο Εφτάσημος Συρτός (Μακεδονία)/ΙΕΜΑ, 2'20"
6. Γαστουριώτικος οργανικό Συρτός (Κέρκυρα)/ΕΚΛΑΟΚ "Ο ΛΑΟΔΑΜΑΣ", 2'46"
7. Ένας Αητός Τσάμικο (Ρομιλίας)/Π. Αθανασίου/ΜΙΝΕΡΒΑ-ΛΥΡΑ, 3'03"
8. Χελιδονάκι θα γενώ Τσάμικο στεριανό/Β. Σερμπέζης/Διαχρονία/Βαζδέσης, 4'43"
9. Στ' Ανακλιού το Παλαμιάκι Τσάμικος (Πελοπόννησος)/ΜΒΙ, 3'27"
10. Τις' (μονόν) Τραπεζούντα Πόντου/Ανέβζηλος αροθυμία/ΟΪΣΙΝΕ, 3'04"
11. Τις' (διπλόν) Τραπεζούντα Πόντου/Ανέβζηλος αροθυμία/ΟΪΣΙΝΕ, 2'48"
12. Αιβυσιλιώτικος ή Έντεκι, οργανικό (Σιάτιστα)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 2'58"
13. Αη Βασιλιώτικος, σκόρπιος χορός (Σιάτιστα)/ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΦΙΛΙΠΠΙΝΩΝ ΦΥΣΙΟΛΑΤΡΩΝ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ, 4'08"
14. Πεντοζάλα οργανικό (Κρήτη)/Δόρα Σπράτου, 2'44"
15. Ήθελα να 'μυνη αητός Συρτός Χανιώτης (Κρήτη)/Δόρα Σπράτου, 2'57"
16. Μηλιά (Λεϊκούδα)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 2'52"
17. Αεβαντίτικο οργανικό Συρτό (Ζάκυνθος)/ΣΥΛ. ΠΡΟΣ ΔΙΑΔΟΣΗΝ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ, 2'58"
18. Καρσιλιμάς οργανικό (Ανατ. Θράκης)/Βάχνης και Μαγική Πυξίδα/Β. Δημοσδής, 1'56"
19. Σέρε να πεις στη μάνα σου- Μπιναγαμάλα Καρσιλιμάς απλός/Γιάννος Κατζηρόνoglου, 3'53"
20. Αργό πολιτικό χασάπικο οργανικό (Κωνσταντινούπολη)/Η. Δήμας, 2'09"



Audio
CD2

Μουσικά CD για το δημοτικό

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ

Φυσική αγωγή δημοτικό

1. Λοτραπεν η ανατολή Νανούρισμα (Σμύρνη)/Σαβίνα Γιαννάτου/Ετ. Γεν. Εκδ. ΑΕ, 1' 55"
2. Ταχτάρισμα Νανούρισμα (Κάλυμνος)/ΑΥΚΕΙΟΝ ΤΩΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ, 2' 18"
3. Τσικολιέλιτα Παιχνιδοτραγουδο/Μαρίζα Κωχ/SONY MUSIC, 0' 14"
4. Γέροι-γέροι όλοι Παιχνιδοτραγουδο/Μαρίζα Κωχ/SONY MUSIC, 0' 20"
5. Περνά-περνά η μέλισσα Παιχνιδοτραγουδο/Μαρίζα Κωχ/SONY MUSIC, 0' 20"
6. Ακατα μάκατα Παιχνιδοτραγουδο/Μαρίζα Κωχ/SONY MUSIC, 0' 09"
7. Ήταν ένα μικρό καράβι Παιχνιδοτραγουδο/Μαρίζα Κωχ/SONY MUSIC, 2' 04"
8. Χριστός γεννάτε σήμεραν Κάλαντα Χριστουγέννων (Κρήτη)/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 2' 00"
9. Άγιος Βασίλης έρχεται Κάλαντα πρωτοχρονιάς (εορνοί Ικαρίας)/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 2' 55"
10. Σήμερα τα φωτά και οι φωτισμοί Κάλαντα Φώτων/ΙΕΜΑ, 1' 27"
11. Εδώ διαβαίνει ο Λάζαρος Κάλαντα Λαζάρου/ΙΕΜΑ, 3' 03"
12. Χελιδονίσματα - χελιδόνισμα (Αιανή Κοζάνης)/LYRA, 0' 17"
13. Η περπερούνα (Αιανή Κοζάνης)/LYRA, 0' 44"
14. Παντρεύουνε τον κάβουρα Αποκριάς-Καλιματιανός (Πελοπόννησος)/LYRA, 2' 10"
15. Μια γριά μπαμπόγρια Αποκριάς/LYRA, 1' 32"
16. Τούτες οι μέρες το' χουνε Αποκριάς (Κυκλάδες)/Δόμνα Σαμίου, 3' 01"
17. Καλόγηρος δουλιιά δεν έχει Αποκριάς (χασαπιά Δ. Θράκης)/ΙΕΜΑ, 3' 19"
18. Ντιρλαντά Τσιμάρισμα (Καλόμνου)/ΙΕΜΑ, 3' 06"
19. Πέρα στους πέρα κάμπους (Ρόδος), 2' 13"

Audio
CD3

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ

Φυσική αγωγή δημοτικό

1. ΔΙΑΝΟΧΟΡΤΑΡΟΥΔΙΑ Παραδοσιακό-Διασκευή Μαρίζα Κωχ/VERSO, 2' 46"
2. ΜΠΑΛΟΣ ΚΥΚΛΑΔΩΝ Μαρίζα Κωχ/VERSO, 3' 40"
3. ΣΑΡΑΝΤΑ ΠΑΛΛΗΚΑΡΙΑ Παραδοσιακό-Διασκευή Μαρίζα Κωχ/VERSO, 2' 50"
4. Ο ΖΑΧΑΡΑΚΗΣ (No1)/της Ζωής Βαλάση/Ύψατρο του παπουτσιού πάνω στο δένδρο", 2' 30"
5. Ο ΖΑΧΑΡΑΚΗΣ (No2)/Ζωής Βαλάση/Ύψατρο του παπουτσιού πάνω στο δένδρο", 3' 43"
6. Ο ΖΑΧΑΡΑΚΗΣ (No3)/Ζωής Βαλάση/Ύψατρο του παπουτσιού πάνω στο δένδρο", 2' 02"
7. ΝΑ ΤΟ ΠΟΥΜΕ ΈΝΑ/Δόμνα Σαμίου/Καλ. Σύλλογος Δημ. Μουσικής, 6' 19"
8. ΈΝΑ ΜΙΚΡΟ ΦΙΝΤΑΝΙ/Δόμνα Σαμίου/Καλ. Σύλλογος Δημ. Μουσικής, 1' 53"
9. ΤΟ ΓΙΑΛΟ ΓΙΑΛΟ ΠΗΓΑΙΝΩ/Δόμνα Σαμίου/Καλ. Σύλλογος Δημ. Μουσικής, 2' 12"
10. ΤΟ ΧΡΥΣΑΔΑΙΦΟΥΡΦΟΥΡ/Σπύρος Σακκάς/LYRA, 2' 02"
11. Η ΜΑΓΙΟΝΕΖΑ Η ΤΟ ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ/Σαβίνα Γιαννάτου/LYRA, 2' 19"
12. Ο ΧΟΡΟΣ ΤΩΝ ΜΠΙΖΕΛΙΩΝ Η ΤΟ ΠΡΑΣΙΝΟ ΧΡΩΜΑ/Σαβίνα Γιαννάτου/LYRA, 1' 27"



Audio
CD4

Μουσικά CD για το δημοτικό

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΘΝΙΚΗΣ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ ΘΡΗΣΚΕΥΜΑΤΩΝ
ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ

Φυσική αγωγή
δημοτικό

1. ΑΥΤΟ ΤΟ ΜΑΜΠΟ/NITRO MUSIC, 3'.09"
2. AMOR DE MIS AMORES/NITRO MUSIC, 3'.15"
3. TARANTELLA NAPOLITANA/NITRO MUSIC, 2'.49"
4. TARANTELA/ΜΕΛΩΔΙΚΟ ΚΑΡΑΒΙ, 2'.25"
5. LIBERTANGO/COLUMBIA, 3'.11"
6. ZORBAS DANCE/Mikis Theodorakis at the movies/SONY BMG, 4'.14"
7. THEME FROM ZORBA THE GREEK/MikisTheodorakis at the movies/SONY BMG, 1'.13"
8. SIRTOS CHANIOTIKOS THE FIRE/MikisTheodorakis at the movies/SONY BMG, 1'.46"
9. ONE MORE TIME/MikisTheodorakis at the movies/SONY BMG, 3'.12"
10. THE FLING/MikisTheodorakis at the movies/SONY BMG, 3'.00"
11. Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΟΥ ΕΡΩΤΑ ΚΑΙ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ Ε. Τσαλιγοπούλου AKTIH/SONY MUSIC, 3'.07"
12. ΘΑΛΑΣΣΑ Σταμάτης Σπανουδάκης/SONY MUSIC, 6'.21"
13. SUMMER Σταμάτης Σπανουδάκης/SONY MUSIC, 2'.50"
14. Ο ΜΑΘΗΤΗΣ (Γ. ΖΑΜΠΕΤΑΣ-Χ. ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΗΣ)/ΙΕΜΑ, 2'.30"
15. ΟΛΥΜΠΙΑΚΟΣ ΥΜΝΟΣ/ΙΕΜΑ, 2'.55"
16. THE OLYMPIC GAMES/Μίχης Θεοδοράκης canto olympiko/LYRA, 7'.57"

Audio
CDs

